

西雅圖青少年的烹飪課，灌輸食物正義的觀念

駐舊金山辦事處教育組

西雅圖高點社區中心和南園社區中心最近針對青少年設計一堂為期4週的烹飪課程。烹飪課程的主旨不是單單教會學生如何烹飪，主要是希望能灌輸學生食物正義的觀念，也就是在獲取食物營養的同時，必須考慮到公共政策、健康及人權等議題。應用於日常生活，代表選擇在地採購新鮮及健康的農產品，尤其著重扶貧。

這項課程於每週五上課，每次3小時。目前有24名學生參加，都是13到19歲的青少年，學生多是透過社交媒體得知這項課程。學生分為兩組，Faircloth 教導學生烹飪、Alhadeff 教導學生切菜等技巧，學生課堂間交換學習。兩位老師利用課堂時間，和學生討論一些觀念，如經常外食、日常生活食物採購等生活行為，和肥胖問題、氣候變遷及全球食物供應鏈等之間的關係。

這項課程經費由地方政府部門及 NGO 贊助，Alhadeff 說，對於低收入的家庭而言，往往覺得食物正義對他們並無好處。所以需要藉由提供烹飪方式、說明食物正義的內涵、引導食物正義行動得以回饋社區等方式，使他們能實踐這項觀念。這項課程所以採取免費，也就是希望有更多社經弱勢的青少年參與。

隨著課程的進展，參加的學生開始對食物正義議題有所意識。西雅圖路得高中的 Dominic Tatro 說，在此之前，他對食物正義毫無概念，參加這堂課只是個人的興趣，但結果卻帶給他一個更大、更宏觀的視野，如食物如何與氣候變遷有關。當全球多處因乾旱淪為沙漠，造成的食物短缺可能會引發的公民動盪。

Tahir Adams 和 Najah Goodrich 分享他們所學的新食譜，以及準備食物的技巧。他們也學到農民在提供消費者新鮮農產品時，自家生活如何艱辛，如密西根州 Flint 地區的飲用水危機。

學生家長 Dee Bernard 覺得這樣的課程提供學生一個機會訓練社交技巧，她說，不論孩子們學了多少烹飪技巧，我永遠是家裏最好的廚師。

資料來源：2020 年 2 月 10 日，Neal Morton，“Seattle teenagers get a crash course in cooking and food justice”，Retrieved from The Seattle Times
<https://www.seattletimes.com/education-lab/seattle-teenagers-get-a-crash-course-in-new-chopping-skills-food-justice-issues-at-community-cooking-classes/>

